

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Chiang Mai University

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

1. รองศาสตราจารย์ ดร.สมศักดิ์ ภู่วิภาดาภรณ์ ภาควิชาประเมินผลและวิจัยการศึกษา
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
2. รองศาสตราจารย์ประหยัด สายวิเชียร สาขาวิชาโภชนศาสตร์ศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
3. รองศาสตราจารย์บุพา สุภากุล ภาควิชาสื่อสารมวลชน คณะมนุษยศาสตร์
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ภาคผนวก ข

แบบสอบถาม

แบบสอบถามปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการบริโภคอาหารท้องถิ่นภาคเหนือของนักเรียน
โรงเรียนโปลีเทคนิคลานนา จังหวัดเชียงใหม่

คำชี้แจง กรุณาตอบแบบสอบถามเกี่ยวกับตัวท่านโดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง หรือข้อความใน
ช่องว่างให้ตรงกับความเป็นจริง

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตอนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับการบริโภคอาหารท้องถิ่นภาคเหนือ

ตอนที่ 3 แบบสอบถามความถี่การบริโภคอาหารแต่ละอย่าง

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัว

คำชี้แจง ให้ท่านเติมคำในช่องว่างหรือทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน หน้าข้อความที่ตรงกับความเป็นจริง

1. ปัจจุบันท่านอายุ.....ปี
2. เพศ ชาย หญิง
3. ปัจจุบันท่านกำลังศึกษาในระดับชั้นใด
 - ปวส. ปี 1 ปวส. ปี 2
4. ท่านมีจำนวนสมาชิกในครอบครัว คน (รวมท่านด้วย)
5. ปัจจุบันท่านอาศัยอยู่กับใคร
 - บิดา - มารดา ญาติ พี่น้อง
 - อยู่ตามลำพัง อื่นๆ ระบุ.....
6. ท่านนับถือศาสนาใด
 - พุทธ คริสต์
 - อิสลาม อื่นๆ ระบุ.....
7. ท่านเป็นคนพื้นเมืองทางภาคเหนือหรือไม่
 - ใช่ (จังหวัด)ระบุ..... ไม่ใช่ (จังหวัด)ระบุ.....
8. ปัจจุบันท่านมีค่าใช้จ่ายต่อเดือนเท่าใด
 - ต่ำกว่า 1,000 บาท 2,001 – 3,000 บาท
 - 1,001 – 2,000 บาท มากกว่า 3,000 บาท
9. ปัจจุบันท่านได้รับค่าใช้จ่ายจาก (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)
 - ครอบครัว ทุนการศึกษา
 - ทำงานนอกเวลา/หาเอง อื่นๆ ระบุ.....
10. ท่านคิดว่าท่านมีสุขภาพดีหรือไม่
 - ดี ไม่ดี (โปรดระบุโรคประจำตัว.....)

ตอนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับการบริโภคอาหารพื้นเมืองภาคเหนือ

1. ท่านรับประทานอาหารพื้นเมืองเป็นประจำ (ทุกวันอย่างน้อยวันละ 1 มื้อ) หรือไม่
 - ประจำ (วันละ 1 มื้อ) ไม่ประจำ ถ้าไม่ประจำบ่อยเพียงใด
 - 1-2 วัน/สัปดาห์ ไม่แน่นอน
 - 3-4 วัน/สัปดาห์ อื่นๆ ระบุ.....
 - 5-6 วัน/สัปดาห์
2. ท่านนิยมรับประทานอาหารพื้นเมืองในมื้อใด
 - มื้อเช้า มื้อกลางวัน มื้อเย็น
3. ครอบครัวของท่านรับประทานอาหารพื้นเมืองทุกคนหรือไม่
 - ทุกคน ไม่ทุกคน (ใครบ้างที่รับประทาน.....)
4. พื้นฐานการรับประทานอาหารพื้นเมืองของท่านมาจากใคร
 - ครอบครัว เพื่อน
 - ตามกระแสสังคม อื่นๆ ระบุ.....
5. ท่านเชื่อว่าการรับประทานอาหารพื้นเมืองส่งผลดีต่อสุขภาพมากน้อยเพียงใด
 - มากที่สุด เล็กน้อย
 - มาก ไม่มี
 - ปานกลาง
6. ท่านเลือกรับประทานอาหารพื้นเมืองโดยวิธีใด
 - ซื้อมารับประทาน ปรุงรับประทานเอง
7. อาหารพื้นเมืองกลุ่มใดที่ท่านชอบมากที่สุด
 - ผัด ปิ้ง / ย่าง
 - ทอด ต้ม
 - นึ่ง อื่นๆ ระบุ.....
8. ท่านเลือกรับประทานอาหารพื้นเมืองเพราะ
 - รสดี ความเคยชิน มีประโยชน์ต่อสุขภาพ

ตอนที่ 3 แบบสอบถามความถี่ในการบริโภคอาหารแต่ละอย่าง

ชนิดอาหาร	ความถี่ในการบริโภค				
	5-7 วันต่อ สัปดาห์	3-4 วันต่อ สัปดาห์	1-2 วันต่อ สัปดาห์	น้อยกว่า 4 ครั้ง/เดือน	ไม่ รับประทาน
อาหารจานเดียว					
1. ข้าวซอย					
2. ผัดหมี่จาวเหนือ					
3. เข้าหนมเส้นน้ำเงี้ยว					
4. ข้าวก้นจีน					
แกง					
1. แกงกระด้าง					
2. แกงฮังเล					
3. อุ๊ใบไก่					
4. แกงป่าฟักหม่น					
5. แกงผักกาด					
6. แกงเห็ดถอบ					
7. แกงมะหนูน					
8. แกงผักบั้งใส่จินส้ม					
9. แกงอ่อม					
10. แกงแค					
11. แกงป่าถั่วใส่ผักหละ					
12. จอผักกาด					
13. ยำจินไก่					
ผัด นึ่ง ย่าง ปิ้ง ยำ					
1. คั่วเห็ดถอบ					
2. น้ำเมี่ยง					
3. ลาบคั่ว					

ชนิดอาหาร	ความถี่ในการบริโภค				
	5-8 วันต่อสัปดาห์	3 - 4 วันต่อสัปดาห์	1-2 วันต่อสัปดาห์	น้อยกว่า 4 ครั้ง/เดือน	ไม่รับประทาน
ผัด นึ่ง ย่าง ปิ้ง ยำ (ต่อ)					
4. ห่อหนึ่งไก่					
5. จิ้นแอบ					
6. ไข่อั่ว					
7. จิ้นทอด					
8. ไข่ปาม					
9. ยำผักสะน็ด					
10. ส้าบ่าเต็ง					
น้ำพริก					
1. ตำมะเขือ					
2. ตำมะหนูน					
3. น้ำพริกอ่อน					
4. น้ำพริกอีเก้					
5. น้ำพริกข่า					
6. น้ำพริกหนุ่ม					
7. น้ำพริกตำแดง					
8. น้ำพริกน้ำหน่อ					
9. น้ำพริกน้ำปู					
รวม					

ประวัติผู้เขียน

ชื่อ	นางสาวขวัญเรือน สมหาญ
วัน เดือน ปี เกิด	21 ธันวาคม 2516
ประวัติการศึกษา	
2534	มัธยมศึกษาตอนปลายโรงเรียนยุพราชวิทยาลัย จังหวัดเชียงใหม่
2538	ปริญญาวิทยาศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลและผดุงครรภ์ มหาวิทยาลัยพายัพ จังหวัดเชียงใหม่
ประสบการณ์การทำงาน	
2538-2540	พยาบาลวิชาชีพ แผนกศัลยกรรมและกระดูก โรงพยาบาลแมคคอร์มิค จังหวัดเชียงใหม่
2540-ปัจจุบัน	พยาบาลวิชาชีพ แผนกควบคุมคุณภาพ โรงพยาบาลเชียงใหม่ราม 1 จังหวัดเชียงใหม่